

## ABSTRAK

Naifa Sofikirana

HUBUNGAN POLA KONSUMSI ZAT GIZI MAKRO, NATRIUM DAN AKTIVITAS FISIK PADA PENDERITA HIPERTENSI WANITA USIA SUBUR DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KLAMPIS NGASEM SURABAYA

xiii + 72 Halaman + 17 Tabel + 11 Lampiran

Hipertensi sebagai penyakit tidak menular yang kerap dijumpai di Indonesia, umumnya ditandai oleh tekanan darah yang melampaui standar normal yakni 140 / 90 mmHg. Hipertensi pada wanita usia subur merupakan sebuah hal yang perlu di perhatikan karena dampaknya yang cukup luas terkait kesehatan reproduksi meliputi kehamilan resiko terjadi preeklampsia, kelahiran prematur, gangguan pertumbuhan janin, gangguan organ vital (ginjal, hati, dan otak) serta kardiovaskular jangka panjang. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan pola konsumsi zat gizi makro, natrium dan aktivitas fisik pada penderita hipertensi wanita usia subur di wilayah kerja Puskesmas Klampis Ngasem Surabaya.

Penelitian ini menggunakan metode observasional dengan design penelitian cross sectional melibatkan 54 responden sebagai sampel. Pengambilan data dilakukan dengan instrumen form SQ-FFQ, kuisisioner aktivitas fisik. Penelitian ini menggunakan uji korelasi spaerman untuk mengukur kekuatan hubungan antara dua variabel.

Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara pola konsumsi lemak dengan derajat hipertensi pada wanita usia subur di wilayah kerja Puskesmas Klampis Ngasem Surabaya dengan p-value = 0,020 dan ada hubungan pola konsumsi natrium dengan derajat hipertensi pada wanita usia subur di wilayah kerja Puskesmas Klampis Ngasem Surabaya dengan p-value = 0,01. Kesimpulan hasil penelitian ini adalah ada hubungan pola konsumsi zat gizi makro (lemak) dan natrium pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Klampis Ngasem Surabaya, dan tidak ada hubungan pola konsumsi zat gizi makro (protein, karbohidrat) dan aktivitas fisik pada penderita hipertensi wanita usia subur di wilayah kerja Puskesmas Klampis Ngasem Surabaya.

Kata kunci : Pola konsumsi zat gizi makro, natrium, aktivitas fisik, hipertensi, wanita usia subur

Daftar bacaan : 11 buku (2014 - 2023)

## ABSTRACT

Naifa Sofikirana

THE RELATIONSHIP BETWEEN MACRONUTRIENT CONSUMPTION PATTERNS, SODIUM AND PHYSICAL ACTIVITY IN HYPERTENSIVE WOMEN OF CHILDBEARING AGE IN THE WORKING AREA OF THE KLAMPIS NGASEM HEALTH CENTER IN SURABAYA.

xiii + 72 pages + 17 tables + 11 Appendices

*Hypertension is a non-communicable disease that is still often found in Indonesia, generally characterized by blood pressure that exceeds the normal limit of 140 mmHg systolic / 90 mmHg diastolic. Hypertension in women of childbearing age is something that needs to be considered because of its broad impact on reproductive health including pregnancy risk of preeclampsia, premature birth, fetal growth disorders, vital organ disorders (kidney, liver, and brain) and long-term cardiovascular. The purpose of this study was to determine the relationship between macronutrient consumption patterns, sodium and physical activity in hypertensive women of childbearing age in the Klampis Ngasem Surabaya Health Center working area.*

*This study used an observational method with a cross sectional research design involving 54 respondents as samples. Data collection was carried out with SQ-FFQ form instruments, physical activity questionnaires. This study used the spearman correlation test to measure the strength of the relationship between two variables.*

*The results showed that there was a relationship between fat consumption patterns and the degree of hypertension in women of childbearing age in the working area of Puskesmas Klampis Ngasem Surabaya with p-value = 0.020 and there was a relationship between sodium consumption patterns and the degree of hypertension in women of childbearing age in the working area of Puskesmas Klampis Ngasem Surabaya with p-value = 0.01. The conclusion of the results of this study is that there is a relationship between macronutrient consumption patterns (fat) and sodium in hypertensive patients in the Klampis Ngasem Surabaya Health Center work area, and there is no relationship between macronutrient consumption patterns (protein, carbohydrates) and physical activity in hypertensive women of childbearing age in the Klampis Ngasem Surabaya Health Center work area.*

*Keywords : Macronutrient consumption pattern, sodium, physical activity, hypertension, women of childbearing age*

*References : 11 books (2014 – 2023)*